

## REHAB NYCKELN TILL NYTT JOBB

Inger Vidmark fick sin självkänsla tillbaka efter jobbcoaching. Nu är hon provanställd på läkemedelsföretaget. **Sidan 3**

## VÅGA SATSA!

Nytt jobb efter 60 - Ros-Marie Sjövik Karlsson trivs med sitt deltidsarbete på Twilfit. **Sidan 4**

EN SPECIALBILAGA FRÅN **ARBETSLIVSRESURS**  
NUMMER 5/2011

# DELRESULTAT

**NORR**

Erfarenhet av **stora uppdrag** och en plan att ta hand om **alla** gjorde att facket **valde** Arbetslivsresurs vid **omställningen** av golvfabriken.

*Text: Malin Ståhl Hefvelin*

**Anja Thelander blandar** utomhusfärg åt en kund inne på Happy Homes Färg & Tapet samtidigt som hon berättar varför hon gillar sitt nya jobb.

– Jag håller på att lära mig alla produkter och ibland får jag leka detektiv och spåra rätt färgsort åt kunderna!

För ett knappt år sedan arbetade Anja på golvfabriken Armstrong i Umeå som montör. På grund av för låg lönsamhet hade ledningen beslutat att hela fabriken skulle läggas ner.

Arbetslivsresurs blev tillsammans med flera andra omställningsföretag inbjudna att komma och presentera sig och sitt arbete. Det var i första hand facket som skulle besluta vilken aktör de skulle samarbeta med. Anja satt i styrelsen på IF Metallklubben på Armstrong och var en av de som fattade beslutet att välja Arbetslivsresurs.

– Arbetslivsresurs hade sedan tidigare genomfört några stora uppdrag på orten. De skötte till exempel omställningen när ICA lade ner sitt lager, så vi visste att de kunde klara av stora uppdrag.

Lennart Lundmark var klubbordförande på Armstrong.

– Arbetslivsresurs hade en bra plan och gjorde klart från början att man skulle ta hand om alla, ▶

### ANJA THELANDER FICK NYTT JOBB:

Det betyder  
oerhört mycket att  
vara förberedd!



På färg- och tapetbutiken Happy Homes har Anja Thelander hittat ett jobb där hennes kreativa sidor får utlopp.

han. De hade också egen personalstyrka för att täcka upp för alla de behov man trodde skulle kunna uppstå. Att ha ett etablerat team som samarbetat väl tidigare tror jag borgade för att arbetet blev så framgångsrikt som det blev.

#### **Kartläggning identifierar särskilda behov**

Strax före jul sades 85 personer upp på kollektivsidan och Arbetslivsresurs rivstartade med att genomföra en kartläggning av personalen direkt efter uppsägningsbeskedet. Kartläggningen är en viktig del i omställningen, bland annat för att få fram vilka särskilda behov som finns inom deltagargruppen.

– Även om företaget har viss kännedom om medarbetarna finns det alltid de som dolt sina problem för arbetskamrater och ledning, förklarar Sara Martinesz, coach på Arbetslivsresurs. Det kan handla om både fysisk och psykisk ohälsa. Man klarar den här arbetsplatsen bra genom att man har lärt sig att hantera sina arbetsuppgifter med tiden, men på den öppna arbetsmarknaden kanske man inte kan konkurrera på samma vis. Dessa måste vi fånga upp i ett tidigt skede så att de inte får stora problem längre fram.

Av de 85 deltagarna bedömdes fem av dem vara i behov av rehabiliteringsomställning för att kunna klara av ett nytt arbete. Konsulter som är vana att arbeta med rehab tog hand om dem.

– Vi har också varit extra vaksamma på depressioner, berättar Sara Martinesz. Många har arbetat här i hela sitt yrkesverksamma liv, då är det inte ovanligt att man känner stor sorg och rädsla när det skedde i livet plötsligt upphör.

#### **Tog tid att sjunka in**

På Armstrong arbetade man för högt tryck med tillverkningen och bilden av att det gick dåligt stämde inte överens med beskedet om nedläggning, eftersom man visade positiva siffror. Men tiden för arbetsstoppet närmade sig obevekligt.

En konsult från Arbetslivsresurs fanns på plats en dag i veckan under hela våren, något som var nödvändigt för att ge deltagarna möjlighet till personliga träffar då det var svårt för dem att komma ifrån längre stunder under arbetstid. Man hade också flera gruppträffar med information och gemensamma utbildningar.

I personliga coachingmöten kunde man fokusera på det som var viktigt för den enskilda individen. Bland annat övades intervjuteknik. Anja Thelander ville gärna arbeta inom handel och drillades i frågor som skulle kunna komma upp under en anställningsintervju i en butik.

– Konsulten Maria Martinsson-Nilsson genomförde en skarp intervju med mig och efteråt gick vi igenom svaren och jag fick feedback. Jag upplevde att Maria var hårdare än det sedan blev på de riktiga intervjuerna. Det var verkligen skönt, för när jag

kom till intervjun här på Färg & Tapet visste jag vad jag skulle säga och kunde trycka på de saker de ville höra.

#### **Börja från början**

För Lennart har det varit en annan resa. Han hade arbetat på Armstrong i 30 år och kunde inte för sitt liv föreställa sig att han skulle behöva gå på anställningsintervjuer.

– Det är annorlunda att söka jobb nu. Förr gick man bara till en fabrik och anmälde sig. Nu ska det vara personligt brev och CV och allt vad det är, resonerar Lennart. Han har bland annat använt sig av coacherna på Arbetslivsresurs för att få till ansökningshandlingar på rätt sätt.

– Jag har skrivit ett CV och ett personligt brev tillsammans med coachen. Jag fick också en hel del kunskap om och träning i intervjuteknik. Det var ju riktigt bra för mig som aldrig har suttit i en anställningsintervju tidigare, säger han med eftertryck.

Lennart var på sin första anställningsintervju samma dag som han arbetade sista dagen på Armstrong, så nu håller han tummarna för att det blir något av det. Och med hans envishet är det nog inte långt borta.

– Min plan är att få ett nytt jobb, så snart som möjligt. Jag kommer inte att stänga av min telefon förrän jag har ett påskrivet avtal. Jag kommer fylla bilen med CV och fara runt om det så är det som krävs!

# Fick självkänslan tillbaka

Efter **utbrändheten** hade Inger Vidmark svårt att klara sina **arbetsuppgifter** och blev nedstämd och osäker på sina förmågor. **Coachen hjälpte** henne att återfå tron på sig själv, något som i slutändan ledde till ett **nytt jobb**.

Text: Malin Ståhl Hefvelin

**Inger Vidmark arbetade** som administratör på Arbetsförmedlingen när hon för några år sedan gick in i vägen och blev sjukskriven. Efter en rehabiliteringsinsats var hon tillbaka på jobbet med nya arbetsuppgifter och allt fungerade väl ett tag. Men när Inger var tvungen att återgå till sina ursprungliga arbetsuppgifter kom besvären tillbaka och hon fick svårt att klara av sitt jobb. Då beslutade Arbetsförmedlingen att anlita Arbetstlivsresurs för en rehabilitering till nytt jobb för Inger, en s.k. rehabomställning.

Konsulten Karin Stoor träffade Inger under 10 månader med målet att ge henne stöd och förutsättningar att komma vidare i arbetslivet och hitta ett nytt jobb.

– Jag har känt mig väldigt delaktig hela tiden därför att vi har utgått ifrån mig, berättar Inger Vidmark. Konsulten hade inte inga förutfattade meningar kring vad vi skulle göra, utan vi har jobbat fram det tillsammans.

Tillsammans utarbetade de bland annat ett CV. Processen fram till det färdiga dokumentet var en nyttig resa, berättar Inger.

– Det var oerhört stärkande för mitt självförtroende för jag kände mig som en sopa vid den tidpunkten. Jag fick skriva upp alla arbeten jag haft, alla kurser jag gått och allt jag kunde göra. Konsulten Karin frågade mig vad som krävdes för att sköta de arbeten jag hade haft tidigare. Det fick mig att inse att jag faktiskt hade en mängd färdigheter och kunskaper. Jag fick en annan syn på mig själv och vad jag faktiskt klarar av, något som



Efter sjukskrivningen från jobbet på Arbetsförmedlingen arbetar Inger Vidmark igen.

gav mig ett helt nytt utgångsläge inför att söka nya jobb.

Inger och Karin tränade också intervjuteknik.

– Det kan man ju tycka är onödigt, men det tvingade mig att tänka till kring frågor som jag tyckte var besvärliga. Att vara väl förberedd var en stor fördel när jag sedan kom till riktiga anställningsintervjuer.

Inger upplever att det finns en åldersdiskriminering på arbetsmarknaden idag.

– Jag som fyllt 60 år och bara kan ta en halvtidstjänst har helt enkelt inte den lättaste sitsen. Men konsulten Karin peppade mig i att det skulle gå, bara jag vågade satsa.

Inger hittade så småningom en annons om ett jobb som administrativ assistent på ett företag som utvecklar läkemedel.

– Det stod Inger på det jobbet!

Mycket riktigt, Inger sökte och har nu en provanställning på företaget. Med bara åtta anställda händer det ofta att hon får rycka in lite varstans, något som passar Inger mycket bra.

– Jag är väldigt nöjd. Jag blev bemött utifrån där jag stod just då, och det gav mig rätt verktyg att ta mig till ett nytt jobb!

## VILL DU VETA MER?

Kontakta **Karin Stoor** på telefon **090-10 57 45** eller e-posta till **karin.stoor@arbetslivsresurs.se**

## Rehabomställning

Rehabomställning är Arbetstlivsresurs program för medarbetare med ohälsoproblematik där samtliga rehabiliteringsmöjligheter inom nuvarande verksamhet är uttömda. Insatserna anpassas individuellt utifrån situation och behov.

För individen betyder rehabomställning att man får en möjlighet att gå från att vara sjukskriven på ett arbete till att vara frisk på ett annat. Det medför också bättre ekonomi, bättre självkänsla och en ny framtidstro.



*Ros-Marie Sjövik Karlsson:*

"Jag kan tänka mig att jobba här ett tag efter pensionsdagen också!"

# Det är aldrig försent!

Att få ett **nytt jobb** efter **60 års ålder** är inte alls någon omöjlighet bara man **vågar** satsa.

*Text: Malin Ståhl Hefvelin*

**Ros-Marie Sjövik Karlsson** var 62 år när hon blev uppsagd från parfymbutiken hon jobbade i.

– Jag gick runt och sökte några jobb i andra butiker, men upplevde att de helst vill ha unga tjejer. Då tappade jag onekligen sugen, berättar Ros-Marie. Men med två år kvar till pensionen hon hade kanske gjort sitt i arbetslivet?

Till slut kom dagen då ersättningsdagarna från A-kassan upphörde. Ros-Marie blev kallad till Arbetsförmedlingen och blev inskriven i JOB, Jobb- och sysselsättningsgarantin. Genom Arbetsförmedlingen fick hon

träffa en kompletterande aktör som i det här fallet var Arbetslivsresurs.

Konsulten Maria Martinsson-Nilsson coachade Ros-Marie och fick henne att se vilka möjligheter hon faktiskt hade med sin långa erfarenhet från handeln. Ros-Marie fick genom JOB en praktikplats i en klädbutik i Umeå. Med sitt stora kontaktnät inom handel ordnade konsulten Maria också en anställningsintervju på Twilfit.

– Jag ringde butikschefen och fick höra att de sökte en mogen kvinna för att matcha deras klientel, berättar Maria. Ros-Marie var perfekt för den tjänsten.

Ros-Marie fick jobbet och har nu en fast tjänst på 25 timmar i veckan på Twilfit.

– Hade jag fortsatt gå hemma vet jag faktiskt inte om jag hade klarat av att hitta ett jobb på egen hand, berättar hon. Det gav mig en kick att träffa konsulten, hon gav mig inspiration och peppning att våga testa igen.

Ros-Marie trivs som fisken i vattnet på Twilfit.

– Det här är ett så lätt och trevligt jobb, jag kan nog tänka mig att jobba ett tag efter pensionsdagen också!

## VILL DU VETA MER?

Kontakta **Maria Martinsson-Nilsson** på telefon **090-10 57 41** eller e-posta till **maria.martinsson-nilsson@arbetslivsresurs.se**

## Arbetslivsresurs hjälper företag och individer att öka sin prestationsförmåga!

**Vi hjälper företag och organisationer** att i högre grad förstå och genomföra de förbättringsåtgärder som har ekonomisk effekt på human-kapital och lönsamhet. Vi gör detta genom att hjälpa människor att finna nya karriärer, få människor tillbaka till arbetslivet och att generellt utveckla prestationsförmågan inom organisationen.

**Vi har kunskap om vad som krävs** för att locka fram det bästa ur både individ och företag. Arbetslivsresurs är specialister på att utveckla människor utifrån beprövad metodik grundad på kunskap från de mest komplexa uppdragen. Genomarbetade och beprövade processer och verktyg är sedan länge ryggraden i vårt arbetssätt.

**Arbetslivsresurs AR AB**, är ett av Sveriges ledande företag inom organisationsutveckling, rehab och omställning. Vi är ca 250 medarbetare och finns i Borlänge, Borås, Eskilstuna, Falköping, Göteborg, Halmstad, Helsingborg, Jönköping, Kalmar, Karlshamn, Karlskrona, Karlstad, Katrineholm, Kristianstad, Linköping, Luleå, Malmö, Norrköping, Nyköping, Skövde, Stockholm, Sundsvall, Trollhättan, Umeå, Uppsala, Varberg, Västervik, Västerås, Växjö, Örebro, Östersund.

**Filialer:** Alingsås, Hedemora, Hässleholm, Olofström, Ronneby, Sölvesborg, Ängelholm, Falkenberg, Gävle, Hämösand, Lidköping, Ljungby, Markaryd, Motala, Nässjö, Södertälje, Tidaholm, Tranås, Uddevalla, Ystad, Ömsköldsvik.



Box 3088,  
103 61 Stockholm

Tel. 020-258 258  
[www.arbetslivsresurs.se](http://www.arbetslivsresurs.se)